

**Esmaspäev 4.11**

<b>Õhtusöök</b>	<b>Kogus,</b>	<b>Energia,</b>	<b>Süsivesi</b>	<b>Rasvad,</b>	<b>Valgud,</b>
Risoto sealihaga	200,00	228,00	37,30	5,58	9,29
kapsa-hernesalat	50,00	86,66	13,40	3,65	0,63
Piim	150,00	86,70	7,95	3,90	4,95
Toidukord kokku		401,36	58,65	13,13	14,87

**Teisipäev 5.11**

<b>Õhtusöök</b>	<b>Kogus,</b>	<b>Energia,</b>	<b>Süsivesi</b>	<b>Rasvad,</b>	<b>Valgud,</b>
Pasta-singiroog	200,00	274,00	37,20	4,04	6,68
koorene köögiviljasalat	50,00	86,66	13,40	3,65	0,63
Keefir	100,00	59,90	15,00	0,00	0,00
Toidukord kokku		420,56	65,60	7,69	7,31

**Kolmapäev 6.11**

<b>Õhtusöök</b>	<b>Kogus,</b>	<b>Energia,</b>	<b>Süsivesi</b>	<b>Rasvad,</b>	<b>Valgud,</b>
Kus Kus kanalihaga	200,00	206,00	30,90	7,29	5,18
Porgandi-maisisalat	50,00	86,66	13,40	3,65	0,63
Tomatikaste	50,00	59,90	15,00	0,00	0,00
Toidukord kokku		292,66	44,30	10,94	5,81

**Neljapäev 7.11**

<b>Õhtusöök</b>	<b>Kogus,</b>	<b>Energia,</b>	<b>Süsivesi</b>	<b>Rasvad,</b>	<b>Valgud,</b>
	<b>g</b>	<b>kcal</b>	<b>kud, g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
Kartuli-hakklihavorm	200,00	285,00	35,20	13,80	11,70
Kapsasalat koorene	50,00	86,66	13,40	3,65	0,63
Piim	150,00	86,70	7,95	3,90	4,95
Toidukord kokku		458,36	56,55	21,35	17,28

Menüü kaloraaž on arvestatud I vanuseastmele.